

元気なカラダで美味しく食べて。健康な毎日を応援します！

太田胃散 ありがとう通信

2022
1
vol.5

季節に合った
養生は食事から

私たちの暮らしを支える宝

塩あれこれ

味付けや色出しなどで料理を引き立てる塩。塩は私たちの暮らしととても密接な関係にあります。今回は塩のあれこれをご紹介します。

大切な塩を運んだ「塩の道」

塩は、空気や水と同じように、私たちが生きていく上でなくてはならないもの。四方を海に囲まれた日本は、その大切な塩を、主に海から手に入れてきました。海から離れた山里まで塩を届けるために、全国には沿岸部と山間部をつなぐ、さまざまな「塩の道」ができました。よく知られているのは、千国街道（糸魚川から松本・塩尻）や北国街道（直江津から追分）、三州街道（岡崎から塩尻）など。険しい峠や雪の中では、ボッカと呼ばれる専門の人が担いで運びました。



塩にまつわる言葉はたくさん

私たちの暮らしに深く関わる塩ですから、塩にまつわる言葉は身の回りにたくさんあります。たとえば「サラダ」。これは「塩」を意味するラテン

語「sal」に由来しており、野菜に塩をかけたり、野菜を塩漬けにしたりして食べたことに起因しています。また「サラリー」も塩に関する言葉。古代ローマの軍人や役人が得た給料のことなのだそうです。日本語では「敵に塩を送る」という言葉がよく知られています。これは、敵対する相手が困っているときに助けの手を差し伸べることのたとえ。戦国時代、武田信玄が、北条・今川両氏との同盟を破ったために塩の供給が止まって苦しんでいた時、ライバルの上杉謙信が塩をおくって信玄軍を助けたという逸話から来ています。



山形県 上杉神社
上杉 謙信 像

塩と健康

塩は、細胞を守る、体の状態を整えるなどの大切な働きをしていますが、過剰な摂取は高血圧の原因に。1日の摂取量を成人男性は7.5g未満、成人女性は6.5g未満*を目安にして、塩と上手に付き合い、元気な毎日を過ごしましょう！

※厚生労働省 日本人の食事摂取基準（2020年版）



太田胃散 明治12年創業の太田胃散は、新たな発見で一步先の健康へ





担当スタッフ 向井

ホッと一息つきませんか?

寒い季節には太田胃散の「桑の葉茶」

太田胃散の「桑の葉茶」は、ココがスゴイ!

国産桑の葉を100%使用

「桑の葉茶」の原料はすべて国産葉。新鮮な桑の葉を、おいしいお茶に仕上げています。

うれしいカロリーゼロ

お食事や、スイーツといっしょに。気になるカロリーがゼロだから、おいしく、たっぷりお楽しみいただけます。

ノンカフェインだから安心

おやすみ前の一杯でリラックス。ノンカフェインなので、生活シーンを選ばずにお飲みいただけます。

太田胃散「桑の葉茶」の4つのこだわり

①原料:原料の桑の葉は厳選国産100%。生産者の方が丹精込めて育てた桑の葉を丁寧に加工しています。

②環境:肥沃な土、たっぷりの陽光、清らかな水。原料の桑の葉は、とても伸びやかな環境の元で育まれています。

③製法:創業160年以上の製茶工場で、日本茶と同一の製造方法(蒸し→粗揉→乾燥→焙煎仕上げ)。だから旨みが存分に引き出された深い味わいをお楽しみいただけます。

④三角形ティーバッグ:桑の葉が、対流しやすいようにティーバッグを三角形にしました。また、ティーバッグは不織布製で、さらに糸・タグにのりは使用していません。



おいしく「桑の葉茶」を淹れるコツ!

「桑の葉茶」はティーバッグタイプなのでとても手軽です。カップやポットにティーバッグをいれ、沸騰したお湯を180~300mlほど注ぎ、好みの濃さになるまで数分待ってお飲みください。また以下のポイントに注意すると、さらにおいしく召し上がれますので、お試しください!

ポイント1 お湯は静かに湯のみの端から注ぐ

ティーバッグ目掛けて勢いよくお湯を注がずに、静かに湯のみの端から注いでください。

ポイント2 ティーバッグを振らない、しぼらない

何度も振ったりしぼったりすると、雑味が出てしまいます。振るのは、やさしく2~3回で十分です。

ポイント3 最後の1滴まで大切に

ぎゅーっとしぼるのではなく、ティーバッグの底を水面に触れるように当てて少し待ちます。そうするとティーバッグの中の水分がすべて湯のみに移ります。いかがでしたか?「桑の葉茶」でゆったりとした時間をお楽しみください。

桑の葉茶 匠焙煎仕立て

ティーバッグ30袋 1,620円(税込)

お得な定期コース ティーバッグ30袋 1,539円(税込)

お得な定期コース 30袋×3セット 初回のみ50%OFF 2,430円(税込)

※2回目以降は13%OFF 4,212円(税込)となります。

2022年も太田胃散「健康食品館」をご愛顧の程、よろしくお願いいたします

旧年中は「健康食品館」をご利用いただき、まことにありがとうございました。昨年の9月からこの会報誌「ありがとう通信」をお届けしてまいりましたが、いかがでしたか? まだ始まったばかりの会報誌ですが、これからも健康に役立つ情報や太田胃散の想いを皆さまにお伝えしてまいりたいと思います。そして何より、皆さまの健やかな毎日を応援するため、スタッフ一同、よりいっそう頑張ってまいりますので、今年も太田胃散「健康食品館」をどうぞよろしくお願いいたします。



皆さまからのお便り、お待ちしております

太田胃散ありがとうございます通信では、皆さまからのお便りを募集しております。ご使用になったきっかけやご感想、ご使用期間、商品やサービスについてのご要望など何でも結構ですので、お気軽にお寄せください。なお、お寄せいただいたお便りは、本誌「太田胃散ありがとうございます通信」で、お名前(匿名)とともにご紹介させていただく場合がございます。文章掲載については、スペースの都合上編集させていただく場合がございます。応募には同封のお便り募集専用ハガキをご利用ください。皆さまからのたくさんのお便り、お待ちしております。



お客様の個人情報について

※お送りいただいたお客様の個人情報は、関連情報のご案内のほか、個人を特定しない統計データとして利用させていただきます。詳しくはホームページをご覧ください。 <https://ohta-isan.co.jp/privacy/>